

ヘルス&ウェルネスステーション in イオンモール各務原インター 活動報告

岐阜県理学療法士会では、イオンモール各務原インターにて、地域の皆さまの健康づくりを支援するイベント「ヘルス&ウェルネスステーション」を毎月第3火曜日に開催しています。

本イベントでは、InBodyによる体組成測定や体力測定会、コグニサイズ体験、ウォーキングなどを通して、多くの来場者にご参加いただきました。本年度は「歩く」をテーマに姿勢改善や転倒予防に関する講話を行っており、毎月異なる内容で新しい知識を楽しく学べるプログラムが好評です。

参加者からは「初めて知ることが多く、明日からやってみたいと思った」「運動する機会が増えた」といった前向きな声が多数寄せられており、地域の皆様の健康意識の高まりを実感しています。今後も、参加者が楽しみながら継続できる健康づくりを目指し、地域の健康維持・増進に貢献してまいります。

文責：地域職域連携推進部

**参加しやすい健康イベント**

ヘルス&ウェルネスステーション

地域の皆さまの健康づくりを応援

 毎月第3火曜日 | イオンモール各務原インター



-  **体組成測定・体力測定**
-  **コグニサイズ体験**
-  **歩き方・姿勢改善・転倒予防の学び**

**GPTA**
岐阜県理学療法士会

公益社団法人
岐阜県理学療法士会